

PIERCINGS

BY EVA

ESTD 2012

Nazorginstructie piercing

Gefeliciteerd met uw nieuwe piercing! Voor een goede genezing en jaren plezier is het belangrijk om nu goed voor uw piercing te zorgen. Volg deze nazorginstructies om uw piercing schoon en vrij van problemen te houden. Tijdens het piercen ontstaat er een diepe wond die tijd nodig heeft om te genezen. Hoe snel deze wond geneest hangt af van de plaats van de piercing, het metaalsoort, de vakkundigheid van de piercer en de kwaliteit van de nazorg. Als u de piercing goed verzorgt, dan gaat u er eerder plezier van hebben.

Algemene regels

Was altijd uw handen voordat u de piercing gaat verzorgen. Raak de piercing zo min mogelijk aan. Smeer geen zalf op de wond en druppel er geen ontsmettingsmiddelen op zoals Sterilon[®] of Betadine[®] (tenzij een arts anders aangeeft). Zorg dat er geen haarspray, gel of andere producten in de buurt van een oorpiercing komen. Draag geen pleisters over de piercing (alleen tijdelijk tijdens het sporten). Sport/training tijdens de genezing is prima, maar luister naar uw lichaam. Merk je pijn, jeuk, trekkerig gevoel, steken, prikken, pas je training aan zodat u zo min mogelijk druk op uw piercing uitoefent en deze de bovenstaande verschijnselen niet meer geeft. Zorg voor schoon beddengoed, verschoon uw bed wekelijks. Draag geen strakke of vuile kleding over de piercing. Vermijd onhygiënische ruimtes, zoals zwembad, jacuzzi, sauna en natuurlijke wateren. Bacteriën kunnen zich veel gemakkelijker verplaatsen in een vochtige omgeving, infecties en ontstekingen gebeuren dus zeer snel in zulke omstandigheden. Vermijd make-up, lotion en andere verzorgingsproducten in/op en rondom de piercing. Vermijd stress, drugs, alcohol, nicotine en cafeïne gebruik tijdens de genezing van ieder wondje, zo dus ook bij de genezing van piercings. Hoe gezonder uw levensstijl, hoe makkelijker uw piercing zal genezen. Eet, drink en slaap goed. Vermijd stress, stress heeft een negatieve invloed op uw weerstand en kan daarmee dus ook de genezingsperiode met tot wel 40% verlengen. Als u denkt dat u een infectie of ontsteking hebt, verwijder het sieraad dan niet. Doet u dit wel, dan bestaat de kans dat het gaatje dichtgroeit en de afvalstoffen van de ontsteking niet meer kunnen ontsnappen. Dit kan resulteren in een ingesloten ontsteking of zelfs een abces. Neem bij een vermoeden ontsteking altijd contact op met uw huisarts.

Body piercings (oor, buitenkant neus, buitenkant lip, tepel, navel, etc.)

Was de piercing tijdens het genezen twee keer per dag met een milde ongeparfumeerde zeep (zoals Unicura of Badedas) of met een zoutoplossing. Een warme zoutoplossing die gemaakt is met de juiste verhoudingen stimuleert de doorbloeding en helpt afvalstoffen en korstjes te verwijderen op een milde, niet irriterende wijze. Hoe u een zoutoplossing maakt, kunt u lezen op Pagina 8.

- Als u de piercing schoonmaakt met een milde zeep dan spoelt u de piercing daarna goed af met stromend water. Als u de piercing met een zoutoplossing schoonmaakt dan moet u de piercing eerst ongeveer 5 minuten in het glas/beker weken en spoel daarna de piercing af met stromend water. Vervolgens dept u hem droog en schoon met een steriel gaasje of wattenstaafje. Föhn daarna de piercing ongeveer 1 min goed droog. Het is belangrijk dat u de piercing goed drooghoudt om bacteriegroei tegen te gaan.

Orale piercings (tong, binnenkant lip, smiley)

Lip en tong piercings zwellen veel. Daarom wordt de piercing altijd gezet met een sieraad dat voldoende ruimte biedt voor zwellen. Bij twijfel, ga terug naar de studio voor een sieraad met meer ruimte. Heeft u geen last meer van zwellen, kunt u de piercing voor een kleiner sieraad vervangen om beschadiging van mond en tand te voorkomen.

- Houdt u orale hygiëne goed in de gaten, poets 2 keer per dag uw tanden en spoel 2 keer met een alcoholvrij mondwater op basis van chloorhexidine.
- Koud eten en drinken kan helpen met het verminderen van zwellingen. Het advies is daarom ook om de eerste dag waterijsjes te eten om de zwelling tegen te gaan.
- Slaap de eerste dagen iets hoger, zorg dat uw hoofd hoger is dan uw hart om de zwelling te beperken.
- Vermijd voedsel waar lactose in zit tijdens de eerste 2 à 4 weken van de genezing van een piercing in de mond. Dit kan een schimmelinfectie in uw mond veroorzaken.
- Vermijd oraal contact zoals zoenen en orale seks tijdens de genezing.

Intiem piercings

Intiempiercings zoals de Triangle, Prince Albert, Ampallang en Apadravya kunnen in de eerste dagen na het zetten nabloeden. Het kan daarom handig zijn om gedurende deze periode een inlegkruisje te gebruiken aan de binnenkant van uw ondergoed om deze te beschermen. Mannen kunnen dit ook doen, dan plaatst u het inlegkruisje in de guls van uw ondergoed.

- Drink voldoende water tijdens de genezing.
- Voor het douchen kan het handig zijn om één uur vooraf een groot glas water te drinken zodat u eventuele zeepresten die toch achterblijven gemakkelijk uit kunt plassen. Zeep in de urinebuis kan een blaasontsteking veroorzaken.
- Was in elk geval altijd uw handen voordat u de piercing aanraakt. Maar voorkom dit zo lang mogelijk aangezien dit wrijving, frictie of druk kan geven en daarmee problemen kan veroorzaken tijdens de genezing, of de genezing kan vertragen.
- Heb bij voorkeur geen seksueel contact tijdens het genezingsproces. In de meeste gevallen kunt u na enkele weken tot maanden (afhankelijk van de specifieke plek) weer seksueel actief zijn, mits u er zelf klaar voor bent. Forceer niks, en overleg samen om trauma te voorkomen. Wees voorzichtig en zorg voor goede hygiëne. Doet het pijn, prikt het, jeukt het, trekt het? Stop dan of probeer een andere houding waar de piercing niet bij beïnvloed wordt of wacht langer.
- Gebruik condooms. Het beste is een condoom te gebruiken dat geschikt is voor anale seks. Deze zijn steviger en kunnen u daarom beter beschermen tijdens deze kwetsbare periode. De plek van de piercing moet geheel bedekt worden.
- Gebruik bescherming bij het gebruiken van seksspeeltjes en pak een nieuw tube glijmiddel.
- Goed de piercing spoelen na gemeenschap en verzorg het met een steriele zoutoplossing.

Wat te doen bij:

Ontstekingen

Een van de risico's bij een piercing is dat deze ontstoken kan raken. Wanneer uw piercing ontstoken is, is het belangrijk om contact met uw huisarts of piercer op te nemen. Wacht daar ook niet te lang mee. Hoe sneller u een behandeling begint, hoe makkelijker u ervan af bent. Neem zo snel mogelijk contact met uw huisarts of piercer als u één of meerdere van deze klachten ervaart:

- Roodheid en zwelling die verder dan 1,5 cm rondom je piercing vandaan gaat.
- U binnen een paar dagen na het zetten van de piercing ziek wordt of koorts krijgt.
- Lichamelijke klachten zoals jeuk en roodheid binnen 48 uur na het zetten niet afgenomen zijn.
- U 24 uur na het zetten ineens nieuwe klachten krijgt, of de klachten verergeren.
- U de piercing wilt verwijderen tijdens het genezingsproces (bijvoorbeeld vanwege klachten of uitgroei- of afstotingsverschijnselen).
- Pusvorming (romig uitziend vocht, vaak wit, geel of groenig, soms gepaard met een vervelende geur).

Tenzij er een probleem is met de lengte, soort of materiaal van het sieraad, laat de piercing dan met rust tijdens het genezingsproces. Ga naar een professionele piercer voor het wisselen van het sieraad, indien dit moet gebeuren tijdens het genezingsproces.

- Neem contact op met uw piercer als u een sieraad nodig hebt welke niet van metaal mag zijn, voor een MRI, röntgen, operatie of ander medisch onderzoek.
- Houd altijd een sieraad in uw piercing. Ook al heeft u het piercing gaatje al jaren, kans op slinken of dichtgroeien is er altijd.
- Om de piercing te genezen heeft uw lichaam tijd en rust nodig. Er zijn geen middelen verkrijgbaar die de genezing versnellen. Ook al beweren sommige producenten van wel, daar is niets van bewezen. Laat u dus niet misleiden en laat uw piercing zo veel mogelijk met rust.
- Met schone handen of een tissue checkt u regelmatig of uw balletje nog goed vastzit, dit doet u om verliezen van het sieraad te voorkomen. Met schone handen wordt verstaan: was ze 20 à 40 seconden lang met water en zeep vlak voor u dit gaat doen en wees voorzichtig.
- Als u besluit om geen piercing meer te willen, haal het sieraad eruit (of laat dit door uw piercer doen) en houd de piercing schoon totdat de wond zich volledig sluit. Meestal blijft er maar een klein littekentje zichtbaar.

Piercing bultjes

Piercing bultjes worden ook wel kraakbeen of vochtbultjes genoemd. Maak het twee keer per dag schoon met een zoutoplossing. Zoutoplossing ontsmet niet alleen het wondje, maar het droogt ook uit. U kunt het beste een silicone healing disk aan de voor- en achterkant laten plaatsnemen. Deze zal de bultjes langzaam wegdrücken en binnen 2 à 4 weken zal het bultje dan weg zijn bij uw piercing. Silicone helpt het littekenweefsel te verminderen en gaat tegelijkertijd de irritatie van het sieraad

tegen. Verzorg uw piercing goed, vermijd druk en blijft u er verder vanaf, dan zullen deze discs u helpen om de bultjes weg te laten trekken.

Scheve piercing

Ook kunnen deze discs helpen tegen scheve of scheefgegroeide piercings. Ook hierbij geldt dat het geen wondermiddel is maar als uw piercing een beetje afwijkt van de ideale 90 graden en u merkt bijvoorbeeld dat uw topje niet meer mooi naar voren wijst dan kan een disc aan de voorkant en een disc aan de achterkant hiermee helpen. Hij moet dan lichte druk tegen de huid geven om zo de hoek te kunnen corrigeren. Als uw piercing erg scheef staat zal hij waarschijnlijk niet helemaal recht uitkomen maar een lichte afwijking is vaak nog te corrigeren.

Ingetrokken piercing

Heeft u een balletje of een piercing die steeds uw huid in schiet terwijl uw staafje lang genoeg is? Ook dan kan deze silicone disc gebruikt worden als barrière. Omdat het schijfje 7 mm in doorsnede is, wordt de druk gelijk verdeeld in vergelijking met het kleine deel van het topje of achterkant van het sieraad. U zult merken dat het meteen een stuk prettiger aanvoelt omdat de disc als een soort kussen werkt en het geeft de huid de tijd om te genezen zodat het sieraad er in het vervolg niet meer zo makkelijk in kan schieten.

Verloren piercing

Wanneer het gaat om een piercing van nog geen jaar oud, kunt u het beste de piercing zo lang mogelijk proberen in te houden en snel een nieuw balletje te (laten) plaatsen. Gebeurt dit binnen 24 uur dan valt dit onder garantie en kunt u gratis een nieuw balletje laten plaatsen. De kosten van een nieuw balletje zijn €2,50.

Tea tree olie

Tea tree olie heeft antibacteriële en antiseptische eigenschappen en kan daarom gebruikt worden om piercings en andere wonden te reinigen en te desinfecteren. Dit product is supergoed voor de nazorg van problematische piercings, bijvoorbeeld als je een irritatiebultje of ontsteking hebt. De olie masseer je in kleine hoeveelheden in de huid rondom je piercing. Je kan ook de olie toevoegen aan een zoutoplossing.

Bereiden van een zoutoplossing

Benodigheden:

- Een glas of een beker die brandschoon is!
- 250 ml (kraan)water
- 1/4 theelepel (0,5 gram) dode zeezout of himalaya zout
- Extra water om je glas of beker mee om te spoelen
- Eventueel steriele gaasjes
- Eventueel pure tea tree olie

Breng een ruime hoeveelheid water aan de kook. Wanneer het water gekookt heeft, spoel dan je glas of beker om met water wat net van de kook af is. Giet 250 ml gekookt water in je glas of beker en voeg er het zout aan toe. Roer tot alle kristallen zijn opgelost. Je kan er eventueel een druppeltje pure tea tree olie aan toevoegen. De zoutoplossing is nu klaar voor gebruik.